

# 정서표현이 스마트폰중독에 미치는 영향 -자아개념의 매개효과

박순아<sup>1\*</sup>, 박근우<sup>2</sup>

<sup>1</sup>거제대학교 간호학과, <sup>2</sup>한국도박문제관리센터 경남센터

## The Effects of College Students' Emotional Expressiveness on their Smart Phone Addiction : The Mediating Effects of Self Concept

Sun Ah Park<sup>1\*</sup>, Keun Woo Park<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Nursing Department, KOJE COLLEGE

<sup>2</sup>Center on Gambling Problems, Kyungnam of Korea

**요약** 본 연구의 목적은 대학생의 정서표현, 스마트폰중독, 자아개념 간의 관계를 알아보고, 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 자아개념이 매개하는지 알아보기 위함이다. 본 연구대상자는 3개 대학에 재학 중인 대학생 175명으로 자료수집 기간은 2017년 6월 1일부터 6월 21일까지 실시하였다. 분석결과 정서표현과 자아개념은 정적 상관관계이었고( $r=.286, p<.01$ ), 스마트폰중독과는 부적 상관관계 이었다( $r=-.261, p<.01$ ). 자아개념과 스마트폰중독은 부적 상관관계( $r=-.247, p<.01$ )가 있었다. 정서표현과 스마트폰중독과의 관계에서 자아개념의 매개역할을 검증한 결과, 정서표현을 잘할수록 자아개념은 높아졌고( $\beta=.286, p<.001$ ), 자아개념이 높을수록 스마트폰중독은 감소하였다( $\beta=-.269, p<.05$ ). 자아개념은 정서표현과 스마트폰중독 간의 관계에서 완전매개 되었다( $Z=3.447, p<.001$ ). 이에 대한 설명력은 8.4%이었다. 그러므로 대학생의 스마트폰중독 예방 및 치료를 위한 중재 개발 시 정서표현과 자아개념을 함께 향상 시킬 수 있는 중재프로그램을 개발하여 제공하는 것이 더욱 효과적일 것으로 생각된다.

• 주제어 : 정서표현, 스마트폰, 중독, 자아개념, 대학생

**Abstract** The purpose of this study is to examine the relationship between the Emotional Expressiveness, Smartphone Addiction, and Self Concept of college students and investigate whether the Self Concept mediate the relationship between the Emotional Expressiveness and Smartphone Addiction. The subjects of this study are 175 college students of 3 colleges located in M-si, J-si and G-si and data collecte for 21 days from June 1 through June 21, 2017. As Emotional Expressiveness increase, Self Concept increase ( $\beta=.286, p<.01$ ); as their Self Concept increase, their Smartphone Addiction decrease ( $\beta=-.269, p<.05$ ); and their Self Concept full mediate the relationship between their Emotional Expressiveness and Smartphone Addiction( $Z=3.447, p<.01$ ). To alleviate the Smartphone Addiction college students, their Emotional Expressiveness and their Self Concept need to be improved.

• Key Words : Emotional Expressiveness, Smart Phone, Addiction, Self Concept, College Student

\*Corresponding Author : 박순아(hgi96@hanmail.net)

Received June 9, 2017

Accepted September 20, 2017

Revised July 31, 2017

Published September 28, 2017

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성 및 목적

스마트폰은 휴대폰 기능에 정보검색과 컴퓨터 기능을 추가한 것으로 다양한 앱 활용 및 SNS를 통한 의사소통 등의 많은 편리성이 있지만 무분별한 사용으로 중독 등의 심각한 부작용이 발생되고 있다[1]. 특히 대학생은 중·고등학생이나 직장인보다 스마트폰 사용이 자유로워 대학 내에서 스마트폰중독은 심각한 문제로 대두되고 있다[2]. 한국 정보화 진흥원에서 실시한 스마트폰중독에 대한 조사 결과를 보면 2010년에는 중·고등학생의 스마트폰중독률 4.5%, 27.5% 보다 대학생의 스마트폰중독률이 29.0%로 더 높았다[3]. 또한 2011년부터 2013년까지 대학생의 스마트폰중독률은 10.4%, 13.6%, 14.8%로 매년 증가하고 있어 대학생의 스마트폰중독이 심각한 상황임을 알 수 있다[4].

스마트폰중독이란 스마트폰에 지나치게 몰입하여 정상적인 생활이 어려운 의존적인 상태를 의미한다[2]. 스마트폰중독은 스마트폰에만 의존하여 의사소통을 하려고 하여 대인관계의 문제[5] 및 대학생활의 부적응이 발생하고[5] 신체적 문제와[1] 학업성취 저하[5]를 유발한다. 심각한 경우 우울과 불안 등의 정신적인 문제[5]와 사이버 범죄와도 관계가 있어[6] 대학생의 스마트폰중독에 대한 개입과 중재가 시급한 실정이다.

한편 최근 정서표현은 스마트폰중독의 선행요인 중 하나로 보고되고 있는데 중독 대상자들은 자신의 정서표현에 어려움이 있어 자신의 부정적 정서에 대한 긴장감과 고통을 조절하기 위해 중독에 빠지는 경향이 높은 이유이다[7]. 감정표현과 중독에 관한 국내 연구에서는 알코올 의존 집단이 의존이 없는 집단보다 감정표현 불능이 유의미하게 높았으며[7], 외국 선행 논문은 경우 대학생의 정서말하기, 정서 보여주기와 같은 정서표현이 인터넷중독과 부적인 상관성이 있었다[8]. 인터넷중독자의 경우 자신의 정서에 집중하기, 감정 전환이 일반집단보다 낮았고[9], 일 연구에서는 정서표현의 어려움을 스마트폰 중독 같은 행위 중독 치료에 영향을 미치는 요인 중 하나로 보고하고 있다[10].

그러나 정서표현이 어려운 대학생이라 하더라도 모두 스마트폰중독에 이르지는 않는다[11]. 이는 개인의 내·외적 자원에 따라 정서표현 정도가 스마트폰중독에 미치는 영향이 다를 수 있음을 의미한다. 즉 자신의 정서표현이 부족하더라도 보호요인을 통해 대학생의 적응 유연성

을 향상시킨다면 정서표현의 부정적인 결과들을 완충 또는 상쇄 시킬 수 있음을 의미한다[12]. 개인의 내적자원 중 자신의 가치와 태도, 신념, 능력 등을 의미하는[13] 자아개념은 정서표현과 유의미한 상관관계가 있음이 보고되고 있다[14].

솔직한 정서표현은 자신의 심리적 안정은 물론 타인과의 관계를 원만하게 하고 자신감과 성취감을 갖게 하여 긍정적인 자아개념 형성에 영향을 미친다[15]. 고등학생 1,068명을 대상으로 한 연구에서는 정서표현이 안될수록 자아존중감이 낮았으며[16], 대학생을 대상으로 한 연구에서는 정서표현을 포함한 자기표현 프로그램 실시 후 자아개념이 유의하게 향상되었다[15].

자아개념은 자신의 즉각적인 욕구나 충동을 자제하는 자기통제능력이 포함된 개인 내면의 강력한 힘으로 중독 행동과도 밀접한 관련이 있다[17]. 자아 개념과 중독과의 선행연구를 살펴보면 인터넷중독 집단은 비중독 집단보다 자아개념의 하위 영역인 정서안정성, 대인관계능력, 문제해결능력이 유의미하게 낮아 자신에 대해 부정적인 자아개념을 가지고 있었다[18]. 청소년 651명을 대상으로 한 연구에서는 부적응적 행동 유형을 보이는 학생이 그렇지 않은 학생보다 자아의 건강성이 더 낮았고[19]. 유아를 대상으로 한 연구에서도 자아개념은 휴대폰 중독과의 유의미한 상관관계를 보고하고 있다[18]. 또한 자아개념 구성 요소인 자기통제력[20,21] 자기효능감[20,21] 자아존중감[22]이 대학생의 스마트폰중독에 유의미한 영향을 미침을 보고한 선행연구들도 자아개념과 스마트폰중독과의 상관성을 시사하고 있다.

이와 같이 자아개념은 정서표현의 정도와 스마트폰중독 사이에 존재하는 매개요인으로 긍정적 자아개념은 부족한 정서표현을 보완할 수 있는 보호요인으로 작용될 수 있고, 정서표현의 정도에 의해 저하된 자아개념은 스마트폰중독에 악영향을 미치는 위험 요인이 될 수 있다. 따라서 스마트폰중독을 증재할 수 있는 자아개념의 매개적 역할을 확인하는 것이 매우 필요하다 할 수 있다. 그러나 지금까지 국내에서 정서표현과 스마트폰중독과의 관련성 연구도 미비하며[23,24] 두 변수 사이의 자아개념 매개효과 분석은 이루어지지 않았다.

이에 본 연구에서는 대학생의 일반적 특성에 따른 정서표현, 자아개념 및 스마트폰중독 정도와 변수들의 상관관계를 알아보려 한다. 또한 정서표현과 스마트폰중독에서 자아개념의 매개효과에 대해 알아봄으로써 스마

트폰중독 및 예방을 위한 기초자료를 마련하고자 한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구 설계

본 연구는 대학생의 정서표현, 자아개념 및 스마트폰 중독의 관계를 확인하고, 가족기능과 스마트폰중독 정도와의 관계에서 자아개념의 매개역할 여부를 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구 대상자는 M시, J시 및 G시의 3개 대학의 200명의 학생을 대상으로 임의표집 하였다. 대상자의 최소 표본 수는 유의수준 0.05, 검정력 0.95, 중간 효과크기인 0.15를 기준으로 G Power 3.10 프로그램을 이용하여 산출한 결과 172명이었다. 200부 중 회수된 175부를 최종 분석하였다.

### 2.3 연구도구

본 연구에서는 정서표현 16문항, 자아개념 30문항, 스마트폰중독 15문항으로 총 61문항의 구조화된 자가보고식 설문지이다.

#### 2.3.1 정서표현

대학생의 정서표현을 측정하기 위해 Penza-Clyve & Zeman이 개발한 정서표현 능력 도구 EESC(The emotion expression scale for children)를[25] Choi & Bang(2011)이 국내 알코올 중독 자녀에게 맞도록 수정하여 표준화한 한 정서표현능력 측정 도구[26]를 사용하였다. 16문항 5점 Likert방식이다. 하위영역은 정서인식과 정서표현으로 점수가 높을수록 정서표현능력이 높은 것을 의미한다. Choi와 Bang(2011)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .80이었고[26], 본 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .90이었다.

#### 2.3.2 자아개념

대학생의 자아개념을 측정하기 위해 Lee(1997)가 제작한[13] 자기개념 질문지를 사용하였다. 하위영역은 신체(1-5), 도덕(6-10), 성격(11-15), 가정(16-20), 사회(21-25), 능력(26-30)의 6개 영역으로 구성되어 있다. 총 30문항, 5점 Likert방식이며 점수가 높을수록 자아개념

수준이 높은 것을 의미한다. 30문항 중 2, 5, 9, 11, 12, 13, 17, 19, 20, 23, 28, 30번의 12문항은 역점수로 처리하여 사용하였다. Lee(1997)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .80이었고[13], 본 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .92이었다.

#### 2.3.3 스마트폰중독

스마트폰중독은 한국정보화진흥원(2011)에서 개발한 KSAPS(Korean Smartphone Addiction Proneness Scale)로[27] 측정하였다. KSAPS는 성인 스마트폰중독 자가진단도구로 15문항, 4점 Likert방식이다. 하위영역은 일상생활장애(1,5,9,12,13), 가상 세계지향성(2,6), 금단(3,7,10,14), 내성(4,8,11,15)으로 점수가 높을수록 중독이 높음을 의미한다. 문항 4번,10번,15번은 역 채점하여 총점이 39점 이하는 일반군, 40~43점은 잠재적 위험군, 44점 이상이면 고위험군으로 분류된다. 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .89이었고, 본 연구의 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .90이었다.

### 2.4 자료수집방법 및 윤리적 고려

본 연구의 자료 수집은 2017년 6월1일부터 6월 21일까지이다. 연구자가 연구 참여에 동의한 200명의 학생들에게 연구의 목적을 설명하고 연구 참여 동의서를 받고 설문지를 작성하도록 하였다. 수집된 모든 자료는 익명으로 처리 후 연구 목적으로만 사용되며, 설문 도중에도 연구 참여를 원하지 않을 때는 언제든지 중단할 수 있음과 연구종료 3년 후에는 연구 자료를 모두 소각함을 설명하였다. 연구에 참여한 대상자에게는 감사의 뜻으로 작은 선물을 제공하였다.

### 2.5 자료분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0을 사용하여 분석하였다. 연구대상자의 일반적인 특성은 백분율과 실수를 구하였다. 일반적 특성에 따른 정서표현, 자아개념, 스마트폰중독의 차이는 ANOVA와 t-test를 이용하였고, 사후검정은 scheffe 검정을 실시하였다. 정서표현, 자아개념 및 스마트폰중독척도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 값으로 확인하였다. 연구변수 간 상관관계는 Pearson's correlation을, 정서표현, 스마트폰중독관계에서 자아개념의 매개효과검정은 Baron & Kenny[28]의 세 단계의 회귀분석 방법을 사용하였다. 매개효과의 유의성 검증은 sobel 검증을 시행하였다.

<Table 1> General characteristics of Emotional Expressiveness, Self Concept, Smart Phone Addiction subject's (N=175)

Variable	Categories	n	%	Emotional Expressiveness	Self Concept	Smart Phone Addiction
				M±SD	M±SD	M±SD
Gender	Male	53	30.0	2.87±0.61	3.72±0.33	2.15±0.61
	Female	122	70.0	3.10±0.59	3.68±0.39	2.47±0.46
	t(p)	175	100	-1.82(.071)	0.440(.660)	-2.80**
Age	t(p)	175	100	-.052(.540)	.020(.813)	.199*
Use Hours	<5시간	92	52.5	3.08±0.55	3.68±0.38	2.25±0.45
	≥5시간	83	47.5	3.04±0.55	3.70±0.37	2.60±0.50
	t(p)	175	100	.493(.623)	-.190(.849)	-4.26***

\*\*\*:  $p < .001$ , \*\*:  $p < .01$ , \*:  $p < .05$  a>b>c : scheffe

### 3. 연구결과

#### 3.1 대상자의 일반적 특성

성별은 Table 1과 같이 ‘남학생’ 53명(30.0%), ‘여학생’ 122명(70.0%)으로 남학생보다 여학생이 더 많았다. 연령은 평균 21.3세(±3.07세)이었고, 스마트폰 사용시간은 하루 ‘5시간 미만’으로 사용하는 학생이 92명(52.5%)으로 ‘5시간 이상’ 사용하는 학생 83명(47.5%)보다 많았다.

일반적 특성에 따라 정서표현과 자아개념은 유의미한 차이를 보이지 않았다. 반면 스마트폰중독 정도는 ‘여학생’이 ‘남학생’보다( $t = -2.80, p < .001$ ), 연령이 많을수록 스마트폰중독이 높았다( $r = .199, p < .05$ ). 그리고 스마트폰 사용시간에 따라 ‘5시간 이상’ 스마트폰을 사용하는 학생이 ‘5시간 미만’으로 사용하는 학생보다 스마트폰중독 정도가 높았다( $t = -4.26, p < .001$ ).

#### 3.2 대상자의 정서표현, 자아개념, 스마트폰중독의 점수

본 연구대상자의 정서표현은 5점 만점에 3.06점(±0.55)이었다. 자아개념은 5점 만점에 3.69점(±0.38)이었으며, 스마트폰중독은 4점 만점에 2.41점(±0.50)이었다 <Table 2>.

#### 3.3 정서표현, 자아개념 및 스마트폰중독의 상관관계

정서표현, 자아개념, 스마트폰중독의 상관관계를 살펴본 결과, 정서표현과 자아개념은 정적상관관계이었고( $r = .286, p < .01$ ), 정서표현과 스마트폰중독과는 부적 상관관계이었다( $r = -.261, p < .01$ ). 자아개념과 스마트폰중독은 부적 관계( $r = -.247, p < .01$ )가 있었다 <Table 3>.

<Table 2> Mean of variables for the subjects (N=175)

Variables	Categories	Mean	±SD
Emotional Expressiveness	Emotional Expressiveness	2.95	±0.60
	Emotion recognition	3.32	±0.58
	Total	3.06	±0.55
Self Concept	Physical	3.36	±0.52
	Moral	3.71	±0.55
	Personality	3.17	±0.59
	Family	3.22	±0.65
	Social	3.75	±0.57
	Competent	3.59	±0.55
	Total	3.69	±0.38
Smart Phone Addiction	Difficulty of Daily Living	2.51	±0.56
	virtual life orientation	1.86	±0.60
	withdrawal	2.52	±0.58
	tolerance	2.46	±0.56
	Total	2.41	±0.50

<Table 3> Correlation among variables (N=175)

Variable	Emotional Expressiveness	Self Concept	Smart Phone Addiction
Emotional Expressiveness	1		
Self Concept	.286**	1	
Smart Phone Addiction	-.261**	-.247**	1

\*\* :  $p < .01$ , \* :  $p < .05$ .

#### 3.4 대상자의 정서표현과 스마트폰중독과의 관계에서 자아개념의 매개효과

정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 자아개념의 매개효과를 살펴본 결과는 Table 4와 같다. 정서표현이 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 자아개념의 매개효과를 검증하기 위해 Baron & Kenny(1986)가 제시한 세 단계의 회귀방정식을 사용하였다.

먼저 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 자아개념의 매개효과 검증결과를 살펴보면, 1단계에서 독립변인인 정서표현이 매개변인인 자아개념에 미치는 영향을 검증한 회귀분석에서  $\beta$ 값이 .286이었고 통계적으로 유의하였다( $p < 0.01$ ). 2단계에서는 독립변인인 정서표현이 종속변인인 스마트폰 중독에 미치는 영향을 검증한 회귀분석에서는  $\beta$ 값이 -.261이었고 통계적으로 유의하였다( $p < 0.05$ ). 마지막으로 매개변인인 자아개념이 종속변인인 스마트폰 중독에 미치는 영향을 검증하기 위해 정서표현과 자아개념을 예측요인으로 하고 스마트폰을 종속변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과, 자아개념만이 스마트폰 중독에 유의한 예측요인으로 나타났고( $\beta = -.202, p < 0.05$ ), 모형의 설명력은 8.4%로 나타났다( $F = 6.250, p < 0.01$ ). 자아개념의 매개효과에 대한 유의성 검증을 위해 Sobel test 실시 결과, 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 자아개념이 유의한 완전 매개변인으로 나타났다( $Z = -2.142, p < 0.05$ )[Figure 1].

#### 4. 논의

본 연구는 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 국내에서 연구가 이루어지지 않은 자아개념의 매개역할을 규명하고자 실시되었다.

일반적 특성에 따라 정서표현과 자아개념은 유의미한 차이를 보이지 않았다. 반면 스마트폰 중독 정도에 유의미한 차이를 보이는 일반적 특성은 연령, 성별, 스마트폰 사용시간이었다. 연령이 많을수록 스마트폰 중독이 높았는데 이는 대학생을 대상으로 한 선행연구에서 학년이 올라갈수록 학업 및 진로로 인한 스트레스가 많아지며, 이러한 스트레스와 스마트폰 중독이 유의미한 정적 상관이 있음을 보고한 연구와 맥락을 같이 한다[18]

성별에서는 여학생이 남학생보다 스마트폰 중독 수준이 더 높았다. 대학생을 대상으로 한 Choi(2016)의 연구에서는 여학생은 스마트폰 사용용도 중 관계육구 해소를 위한 의사소통의 목적으로 SNS를 가장 많이 사용하였으며, SNS를 장기간 사용한 여학생이 스마트폰 중독이 높았음을 보고하였다[29]. Cho(2014)의 연구에서도 여학생이 남학생보다 스마트폰 중독이 높았으며 여학생의 자기조절 능력과 스마트폰 중독이 유의미한 부적 상관이 있었다[30]. 이렇듯 성별에 따라 스마트폰 중독에 영향을 미칠 수 있는 여러 요인들이 보고되고 있으나 성별에 영향을 미칠 수 있는 연구들은 지속적으로 이루어져야 하며 성별에 따라 스마트폰 중독을 중재하기 위한 차별화된 접근 방안이 모색되어야 할 것으로 생각된다.

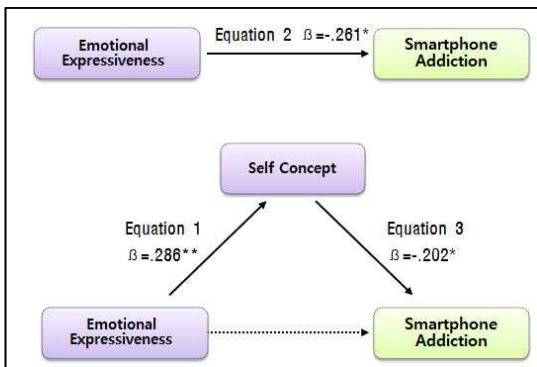
스마트폰 사용시간은 사용시간이 많을수록 스마트폰 중독이 높았다. Ju와 Cho(2015)의 연구에서도 스마트폰 중독에 영향을 미치는 여러 가지 변수 중 스마트폰 중독 시간이 가장 중요 변수임을 보고하고 있다[31]. 따라서 학교나 가정에서 학생들이 스스로 스마트폰 사용시간을 조절할 수 있도록 자기조절능력을 향상시킬 수 있는 구체적인 프로그램을 개발하여 제공하는 것이 시급하다 할 수 있다.

본 연구에서 정서표현을 잘할수록 자아개념이 높았고, 스마트폰 중독 정도는 낮았다. 청소년을 대상으로 한 Shin(2006)의 연구는 정서표현과 자아개념이 부적상관이 있음을 보고하여 본 연구결과와 일치한다[14]. Kwon(2016)의 연구에서는 정서표현을 포함한 집단상담을 제공받은 대학생들이 소감문을 통해 정서표현이 자기탐색과 자기이해를 돕고 자기수용을 통해 긍정적인 자아개념 형성에 도움이 되었음을 표현하였다[15].

<Table 4> Mediating effect (N=175)

Step	Model	B(SE)	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>
1 step	Emotional Expressiveness → Self Concept	.196 (.056)	.286	3.490**	12.180**	.082
2 step	Emotional Expressiveness → Smart Phone Addiction	-.196 (.076)	-.261	-2.590*	6.71*	.047
3 step	Emotional Expressiveness → Smart Phone Addiction	-.145 (.078)	-.158	-1.849	6.250**	.084
	Self Concept → Smart Phone Addiction	-.269 (.114)	-.202	-2.359*		

\*\* :  $p < 0.01$ , \* :  $p < .05$



[Fig. 1] Mediating model

Yoon과 Kwon은 스마트폰 중독 과정에 이르는 과정을 대학생을 대상으로 심층 면담한 결과 실제적인 정서 표현의 어려움으로 문자를 통한 관계를 유지하면서 중독에 이르게 됨을 설명하고 있다[32]. Choi와 Lee(2017)의 대학생을 대상으로 한 연구에서는 자신의 감정을 자각하기 어려운 대상자와 스마트폰 중독이 유의한 상관관계가 있었다[33]. Lee(2013)는 행위중독의 하나인 알코올 중독 대상자가 자신의 정서를 표현하지 못하여 쌓인 스트레스를 풀기위해 중독에 빠짐을 보고하였다[7].

또한 본 연구에서는 자아개념이 낮을수록 스마트폰 중독은 높았다. 청소년을 대상으로 한 Jang의 연구에서도 스마트폰 중독이 높은 대상자는 자아개념이 낮았다[34]. 대학생을 대상으로 한 Ko(2001)의 연구에서도 인터넷중독 집단이 자아개념의 하위 영역인 자아존중감, 정서안정성, 대인관계능력, 문제해결능력, 대인신뢰감이 유의미하게 낮아 자신에 대해 부정적인 자아개념을 가지고 있었다[18]. Woo 등(2010)의 연구에서도 자아의 강도를 행위 중독의 유의미한 예측인자로 보고하였다[35]

본 연구에서 대상자의 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에 대한 자아개념의 매개효과 검증 결과 자아개념이 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다. 즉, 대학생의 정서표현이 스마트폰에 직접적인 영향을 미치는 것이 아니라 정서표현을 잘할수록 자아개념이 높아져 간접적으로 스마트폰 중독을 낮춤을 의미한다. 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 매개효과를 분석한 선행연구가 없어 선행연구와 본 연구 결과를 직접적으로 논의하기는 어렵다. 그러나 정서표현이 안될수록 스마트폰 중독이 높고[32], 정서표현이 자기이해와 자기수용을 통해 자아개념 향상에 도움이 되었음을 나타낸 연구[15], 자기효능감의 의미를 포함하는 자아개념이 높은 대상자가 스마트폰 중독이 낮음을 보고한[34] 선행연구들은 본 연구결과를 이론적으로 뒷받침하고 있다고 할 수 있다. 그러므로 본 연구결과를 바탕으로 대학생의 스마트폰 중독을 중재하기 위한 전략으로 대학생의 스마트폰 중독에 대한 중재 프로그램을 개발하고 제공할 때, 단순히 정서표현에 대한 중재만 다루는 것이 아니라, 정서표현과 자아개념을 함께 높일 수 있는 중재를 포함하여 제공하는 것이 더 효과적인 것으로 생각된다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 대학생을 대상으로 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 자아개념이 완전 매개 효과가 있음을 검증하여 향후 대학생의 스마트폰 중독을 중재하기 위한 기초 자료를 마련하였다는 점에서 의의가 있다. 연구결과 일반적 특성에 따라 정서표현과 자아개념은 유의미한 차이를 보이지 않았다. 스마트폰 중독에 유의미한 차이를 보이는 일반적 특성은 연령, 성별, 사용시간이었다.

정서표현, 자아개념, 스마트폰 중독의 상관관계를 살펴본 결과 정서표현을 잘할수록 자아개념이 높고, 스마트폰 중독정도는 낮았으며 자아개념이 높을수록 스마트폰 중독은 낮았다 또한 정서표현과 스마트폰 중독과의 관계에서 자아개념의 매개역할을 검증한 결과, 자아개념이 유의한 완전매개변인으로 나타났다. 이에 대한 설명력은 8.4%이었다.

후속연구에서는 대학생을 대상으로 정서표현 및 자아개념과 스마트폰 중독의 관련성을 연구한 연구가 미비하여 이에 대한 지속적인 연구가 필요하다. 또한 정서표현과 자아개념의 하위요인과 스마트폰 중독과의 관련성을 분석하여 스마트폰 중독 중재 프로그램 개발 시 정서표현과 자아개념을 향상 시킬 수 있는 내용을 포함하여 개발 및 적용해 볼 것을 제언한다.

## REFERENCES

- [1] K. S. Ko, M. J. Lee, Y. E. Kim, "Research on Addictive Use of Smartphone by University Students", *Journal of Digital Contents Society*, vol. 13, no. 4, pp. 501-516. 2012. <http://dx.doi.org/10.9728/dcs.2012.13.4.501>
- [2] K. H. Kim, "Effects of Smart Phone Addiction on Sleep Quality through Depression in University Students", *Korean journal of youth studies*, vol. 23, no. 5, pp. 379-404, 2016. DOI:<http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2016.05.23.5.379>
- [3] National Information Society Agency, *A survey on the Internet addiction*, Seoul: National Information Society Agency, 2011.
- [4] National Information Society Agency, *A survey on the Internet addiction*, Seoul: National

- Information Society Agency, 2013.
- [5] H. S. Choi, H. K. Lee, J. C. Ha, "The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relations -Focusing on K university students", *Journal of the Korean data & information science society*, vol. 23, no. 5, pp. 1005-1015, 2012. <http://dx.doi.org/10.7465/jkdi.2012.23.5.1005>
- [6] H. B. Kim, "The Study on the Relationship between Smart Phone Addiction and Cyber crime", *Korean Association of Addiction Crime Review*, vol. 3, no. 2, pp. 1-21, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.7465/jkdi.2012.23.5.1005>
- [7] H. G. Lee, "Alexithymia and Alcohol Craving in Male Inpatients with Alcohol Dependence in an Alcoholic Ward", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, vol. 15, no. 2, pp. 905-917, 2013.
- [8] O. Vesile, "The predictive relationship between emotion management skills and internet addiction", *Social Behavior and Personality: an international journal*, vol. 39, no. 10, pp. 1425-1430, 2011. <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.10.1425>
- [9] G. Yaoguo. "A research on emotion and personality characteristics in junior i high school students with internet addiction disorders." *Chinese Journal of Clinical Psychology*, vol. 14, no. 2, pp. 153, 2006.
- [10] B. F. Bakhshi, Z. Nikmanesh, "Role of early maladaptive schemas on addiction potential in youth", *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, vol. 2, no. 2, pp. 72-76, 2013. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.10148>
- [11] K. Violet, "Mental health of aboriginal children and adolescents in violent school environments: Protective mediators of violence and psychological nervous disorders", *Social Science & Medicine*, vol. 81, pp. 70-78, 2013.  
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2012.12.011>
- [12] Y. O. Nam, S. C. Han, "A quest for influence of protective factors for prevention of adolescent violence", *The Korean Journal of Youth Counseling*, vol. 15, no. 1, pp. 77-89, 2007.
- [13] H. J. Lee. *Self-concept and attributional style in paranoia*, Seoul National University, Ph.D. thesis, 1997.
- [14] H. K. Shin, "The Effect of Negative Affect and the Moderating Effects of Emotional Expressiveness and Self-Concept on Adolescent's Experience of Somatic Symptoms", *Korean Journal of Clinical Psychology*, vol. 25, no. 3, pp. 727-746, 2014.
- [15] S. H. Kwon, "A Case Study of Group Counseling Program for Improvement of Interpersonal Relationship for College Students", *Journal of Youth behavior research*, vol. 21, pp. 53-68, 2016.
- [16] K. K. Joo, *Emotional Awareness, Emotional Expression on the Effects of Self-Esteem: Mediation Effects of Cognitive Emotional Regulation Strategies*, Jeju National University, Unpublished master's Thesis, 2016
- [17] S. K. Shin, K. N. Choi. "A Study of the Relations among Young Children's Self-concept, Self-regulation and Cellular Phone Addition Degree", *The Journal the research Institute of Korean Education*, vol. 32, no. 3, pp. 91-111, 2014.
- [18] Y. J. Ko, *The Psychological factors related to elementary children's internet addiction*, Sungshin Women's University, Unpublished master's Thesis, 2001.
- [19] H. W. Kim, I. H. Jung, "The Relations between Types and Extent of Maladjusted Behaviors, and Self-Health among Youth", *Korea Journal of Counseling*, vol. 11, no. 1, pp. 225-244, 2010.
- [20] H. S. Lee, "Convergent Study of the Effect of University Students Addiction to Smartphones on Self-Esteem and Self-Efficacy", *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 8, no. 1, pp. 139-148, 2017.  
DOI: <https://doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.1.139>

- [21] H. S. Lee, "A Convergence Study the Effect of College Students' Parent-Son/Daughter Communication on Addiction to Smartphones", *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 7, no. 4, pp. 163-172, 2016.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.4.163>
- [22] K. M. Yang, "The Effect of Self-Esteem and Depression on Smartphone Addiction among University Students", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 7, No. 1, pp. 113-123, 2016  
DOI: <http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.1.113>
- [23] S. Y. Byun, H. I. Joe. "The Effect of Emotional Experience, Emotional Expressiveness, and Use Motivation on Addiction to Internet and Cellular phone", *Journal of Human Understanding and Counseling*, vol. 32, no. 1, pp. 119-133, 2011.
- [24] J. Y. Jung, J. H. Ha, "The Effects of General Stress and Emotional Expression on Upper Grades of Elementary School Students' Smart Phone Addiction", *Journal of Family and Counseling*, vol. 3, no. 1, pp. 61-77, 2013.
- [25] P. C. Susan, Z. Jeman, "Initial validation of the emotion expression scale for children (EESC)", *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, vol. 31, no. 4, pp. 540-547, 2002.
- [26] E. S. Choi, H. J. Bang, "Reliability and validity of the emotion expression scale for children", *The Korean Journal of Developmental Psychology*, vol. 24, no. 3, pp. 105-128, 2011.
- [27] National Information Society Agency, *Development and Validation of the Smart Phone Addiction Inventory*, Seoul: Ministry of Public Administration and Security, 2011.
- [28] R. M. Baron, D. A. Kenny, "The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations", *Journal of personality and social psychology*, vol. 51, no. 6, pp. 1173-1182, 1986.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- [29] Y. C. Choi, *Research on pathological intoxication, self-efficacy, and interpersonal relationship across smartphone addiction levels: With specific focus on male and female middle school students*, Inha University, Unpublished master's Thesis, 2016.
- [30] M. k. Cho. "The Relationships among Smartphone Use Motivations, Addiction, and Self-control in Nursing students", *Journal of Digital Convergence*, vol. 12, no. 5, pp. 311-323, 2014.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2014.12.5.311>
- [31] S. J. Ju, S. S. Cho, "A Study on the Discriminating Factors of Youth's Smartphone Addiction. *Journal of Youth Welfare*", vol. 17, no. 1, pp. 97-118, 2015.
- [32] H. J. Yoon, K. I. Kwon, "Characteristics of Youths Addicted to Mobile Phone and Facilitating Factors for Addiction Process", *Korea Journal of Counseling*, vol. 12, no. 3, pp. 577-598, 2011.
- [33] D. H. Choi, H. J. Lee, "The Mediating Effects of Emotion Regulation Difficulties on the relationship between Loneliness and Smartphone Addiction", *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, Vol. 17, No. 1, pp. 87-103, 2017.
- [34] H. J. Jang, *Psychological Characteristics of Adolescents Addictive Using Cellular Phone*, Sungshin Women's University, Unpublished master's Thesis, 2002.
- [35] S. W. Woo, K. P. Park, S. H. Jung, M. S. Chang, "Intellectual trait, Emotional trait and Ego trait as predictors of behavior addiction", *The Korean Journal of East West Science*, Vol. 13, No. 1, pp. 19-36, 2010.



저자소개

박 순 아(Sun Ah Park) [정회원]



- 2015년 8월 : 경상대학교 대학원 (간호학박사)
- 2015년 9월 ~ 2017년 3월: 문경대학교 간호학과 교수
- 2017년 3월 ~ 현재 : 거제대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 중독, 정신장애인

박 근 우(Keun Woo Park) [정회원]



- 2015년 8월 : 경상대학교 일반대학원 사회복지학과 (사회복지학 박사)
- 2008년 10월 ~ 2015년 6월 : 성가롤로병원 사회복지사
- 2015년 7월 ~ 현재 : 한국도박문제 관리센터 경남센터 팀장

<관심분야> : 정신장애인 인권, 정신장애인 가족, 도박 중독